

**TINJAUAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN  
JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD 23  
PARIT RANTANG KECAMATAN LUBUK BASUNG**

**SKRIPSI**

*Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh Gelar Sarjana Pendidikan  
Strata Satu (S1) pada Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*



Oleh:

**FITRI YENI**  
07/92180

**JURUSAN KEPELATIHAN OLAHRAGA  
FAKULTAS BAHASA DAN SENI  
UNIVERSITAS NEGERI PADANG  
2011**

## HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI

**Judul** : Tujuan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung

**Nama** : FITRI YENI

**BP/NIM** : 2007/92180

**Jurusan** : Kepeleatihan Olahraga

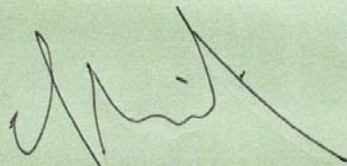
**Prodi** : Pendidikan Kepeleatihan Olahraga

**Fakultas** : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2011

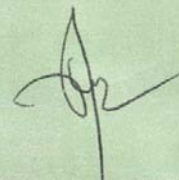
Disetujui oleh:

Pembimbing I



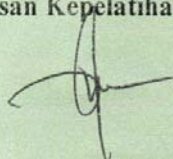
Drs. Maidarman, M.Pd  
NIP. 19600507 198503 1 004

Pembimbing II



Drs. Yendrizar, M.Pd  
NIP. 19611113 198703 1 004

Mengetahui,  
Ketua Jurusan Kepeleatihan Olahraga



Drs. Yendrizar, M.Pd  
NIP. 19611113 198703 1 004

## HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI

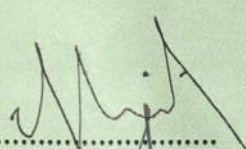
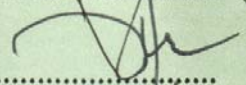
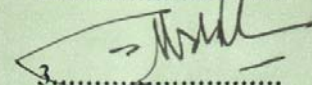
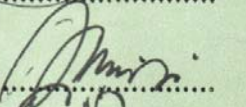
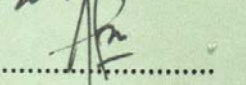
*Dinyatakan Lulus Setelah Dipertahankan Didepan Tim Penguji Skripsi Jurusan  
Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan  
Universitas Negeri Padang*

### **TINJAUAN PEMBELAJARAN PENDIDIKAN JASMANI, OLAHRAGA DAN KESEHATAN DI SD N 23 PARIT RANTANG KECAMATAN LUBUK BASUNG**

Nama : FITRI YENI  
BP / NIM : 2007 / 92180  
Jurusan : Pendidikan Kepelatihan  
Prodi : Pendidikan Kepelatihan Olahraga  
Fakultas : Ilmu Keolahragaan

Padang, Juli 2011

#### **Tim Penguji**

	<b>Nama</b>	<b>Tanda Tangan</b>
1. Ketua	: Drs. Maidarman, M. Pd	1..... 
2. SekretarisB	: Drs. Yendrizal, M. Pd	2..... 
3. Anggota	: Drs. H. Alnedral, M. Pd	3..... 
4. Anggota	: Drs. Hermanzoni, M. Pd	4..... 
5. Anggota	: Drs. Afrizal, S. M. Pd	5..... 

## **ABSTRAK**

### **Tinjauan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di SD 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung**

**OLEH : FITRI YENI, /2011 :**

Jenis penelitian ini deskriptif, yang bertujuan mengungkapkan tentang proses belajar mengajar, motivasi siswa serta sarana dan prasarana pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung. Populasi siswa kelas I-VI SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung yang terdaftar tahun 2010/2011 yang berjumlah 183 orang. Teknik pengambilan sampel penelitian ini adalah *stratified proposional random sampling* dengan besar persentase sebanyak 30% dari jumlah populasi siswa kelas IV-VI. Jumlah dalam penelitian ini berjumlah 30 orang (30% dari populasi kelas IV-VI).

Untuk memperoleh data yang diinginkan, maka peneliti menggunakan alat mengumpulkan data adalah angket. Angket ini adalah angket tertutup yakni jawabannya yang sudah tersedia dan responden hanya tinggal memilih alternatif jawaban yang disediakan oleh peneliti. Data yang diperoleh di lapangan diolah dengan menggunakan *skor skala likert* yaitu : Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Ragu-Ragu (RR), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Hasil yang diperoleh dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Proses belajar mengajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung, termasuk pada kategori baik dengan skor rata-rata = 3,87 dari hasil jawaban 30 orang responden.
2. Motivasi Siswa SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, termasuk pada kategori baik dengan skor rata-rata = 3,77 dari hasil jawaban 30 orang responden.
3. Sarana dan Prasarana pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung, termasuk pada kategori baik dengan skor rata-rata = 3,97 dari hasil jawaban 30 orang responden.

## KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi dengan judul, ” **Tinjauan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung**”.

Skripsi ini dibuat untuk melengkapi persyaratan guna memperoleh gelar sarjana pada jurusan Kepelatihan Olahraga Fakultas Ilmu Keolahragaan (FIK) Universitas Negeri Padang (UNP).

Dalam proses pelaksanaan penelitian dan penyusunan skripsi ini, peneliti banyak mendapatkan bantuan dan bimbingan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Untuk itu melalui ini peneliti menyampaikan terima kasih yang sebesar-besarnya serta penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Bapak Drs. Syahril. B, M.Pd, sebagai Dekan Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Padang
2. Bapak Drs. Yendrizar, M.Pd sebagai Ketua Jurusan Kepelatihan Olahraga FIK UNP sekali gus sebagai pembimbing II.
3. Bapak Drs. Maidarman, M.Pd, sebagai pembimbing I yang telah memberikan masukan dan dorongan pada peneliti.
4. Bapak Drs. H. Alnedral, M. Pd, Bapak Drs. Hermanzoni, Bapak Drs. Afrizal, M. Pd sebagai penguji yang telah membantu dan memberi masukan serta saran pada peneliti dalam penyelesaian skripsi ini.

5. Bapak/ibuk staf mengajar, karyawan dan karyawan, administrasi dan perpustakaan yang telah memberikan informasi yang bermanfaat selama peneliti mengikuti proses pendidikan.
6. Teristimewa suami dan anak-anak tercinta yang telah memberi motivasi dan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
7. Seluruh rekan-rekan yang seperjuangan mahasiswa FIK UNP .
8. Bapak Kepala Sekolah SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung yang telah mengizinkan peneliti untuk mengadakan penelitian demi kelancaran skripsi ini.

Peneliti menyadari dalam penulisan skripsi ini jauh dari sempurna, oleh sebab itu peneliti mohon kritik dan saran dari pembaca demi terciptanya karya yang lebih berkualitas untuk pendidikan masa yang akan datang .Amin yarabbal ‘alamin

Padang, Juni 2011

Peneliti

## DAFTAR ISI

**HALAMAN PERSETUJUAN SKRIPSI.**

**HALAMAN PENGESAHAN LULUS UJIAN SKRIPSI**

**ABSTRAK.....i**

**KATA PENGANTAR.....ii**

**DAFTAR ISI .....iv**

**DAFTAR TABEL.....vi**

**DAFTAR GRAFIK..... vii**

**DAFTAR GAMBAR.....viii**

**DAFTAR LAMPIRAN.....ix**

### **BAB I. PENDAHULUAN**

A. Latar Belakang Masalah..... 1

B. Identifikasi Masalah.....4

C. Pembatasan Masalah.....5

D. Rumusan Masalah.....5

E. Tujuan Penelitian.....6

F. Kegunaan Penelitian.....6

### **BAB II. KERANGKA TEORETIS**

A. Kajian Teori.....7

B. Kerangka Konseptual .....21

C. Pertanyaan Penelitian.....22

### **BAB III. METODOLOGI PENELITIAN**

A. Jenis Penelitian.....	24
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	24
C. Definisi Operasional.....	24
D. Populasi dan Sampel .....	25
E. Jenis dan Sumber Data .....	27
F. Teknik Pengumpulan Data.....	27
G. Hasil Uji Coba.....	28
H. Teknik Analisa Data.....	30

### **BAB IV. HASIL PENELITIAN, ANALISIS DAN PEMBAHASAN**

A. Deskripsi Data.....	32
B. Analisis Data.....	40
C. Pembahasan.....	41

### **BAB V. PENUTUP**

A. Kesimpulan.....	45
B. Saran.....	46

<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>47</b>
----------------------------	-----------

### **LAMPIRAN**



## DAFTAR TABEL

<b>Tabel</b>	<b>Halaman</b>
1. Populasi Siswa SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	25
2. Jumlah Sampel SD N Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	26
3. Kategori proses belajar mengajar penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	33
4. Rangkuman Distribusi Frekuensi Indikator proses belajar mengajar penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	33
5. Kategori motivasi siswa di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung dalam pembelajaran penjasorkes.....	35
6. Rangkuman Distribusi Frekuensi Indikator motivasi siswa di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung dalam pembelajaran penjasorkes.....	36
7. Kategori sarana dan prasarana penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	38
8. Rangkuman Distribusi Frekuensi Indikator sarana dan prasarana Penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	38

## DAFTAR GRAFIK

Grafik	Halaman
1. Proses belajar mengajar penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	34
2. Motivasi siswa di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung dalam pembelajaran penjasorkes.....	37
3. Sarana dan prasarana penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	39

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Konseptual (Tinjauan Pembelajaran Penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	22

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
1. Kisi-Kisi Angket.....	49
2. Petunjuk Pengisian Angket.....	50
3. Angket Motivasi Siswa.....	51
4. Uji Coba Instrumen .....	54
5. Tabel r uji validitas dan reliabilitas.....	57
6. Data Mentah.....	58
7. Tabel Distribusi Frekuensi Skor Indikator Proses Belajar Mengajar Penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	59
8. Tabel Distribusi Frekuensi Skor Indikator Motivasi Siswa, Penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	60
9. Tabel Distribusi Frekuensi Skor Indikator Sarana dan Prasarana Penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.....	61
10. Nama-Nama Sampel.....	63
11. Gambar Sampel SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung sedang mengisi angket.....	64
12. Surat Izin Penelitian dari UNP.....	65
13. Surat Keterangan Penelitian dari Kepala SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung .....	66

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah suatu proses melalui aktivitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis, untuk merangsang pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan kemampuan dan keterampilan jasmani, kecerdasan dan pembentukan watak serta nilai-nilai dan sikap yang positif bagi setiap warga negara dalam rangka mencapai tujuan pendidikan.

Tujuan pendidikan nasional bangsa Indonesia adalah membangun manusia Indonesia seutuhnya, sehat jasmani dan rohani. Pembangunan itu sendiri merupakan suatu rangkaian kegiatan yang akan membangun setiap aspek kehidupan manusia, untuk menciptakan masyarakat Indonesia yang adil dan makmur berdasarkan Pancasila ( UU RI No.23 tahun 2003 )

Salah satu bidang yang berperan penting untuk membangun manusia Indonesia seutuhnya adalah bidang pendidikan. Pembangunan nasional berdasarkan Pancasila bertujuan untuk meningkatkan kualitas manusia sehat jasmani dan rohani. Untuk mewujudkan pembangunan nasional di bidang pendidikan, pemerintah telah mengeluarkan UU RI No.23 Tahun 2003 tentang sistem pendidikan sebagai berikut:

“Pendidikan Nasional berfungsi mengembangkan kemampuan dan membentuk watak serta peradaban bangsa yang bermartabat dalam rangka mencerdaskan kehidupan bangsa, bertujuan untuk berkembangnya potensi peserta didik agar menjadi manusia yang beriman dan bertakwa kepada Tuhan Yang Maha Esa, berakhlak

mulia, sehat, berilmu, cakap, kreatif, mandiri dan menjadi warga negara yang demokratis serta bertanggung jawab”.

Dari pernyataan di atas menunjukkan besarnya perhatian pemerintah terhadap pendidikan di Indonesia, yang bertujuan menciptakan manusia yang berilmu pengetahuan dan beriman kepada Tuhan dan merupakan salah satu pembangunan nasional yang ditujukan kepada seluruh manusia Indonesia tanpa terkecuali. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan pada hakekatnya merupakan pendidikan secara keseluruhan yang dalam pelaksanaannya mengutamakan aktivitas jasmani yang mengarah pada pertumbuhan dan perkembangan motorik, afektif dan kognitif, sosial dan emosional yang bertujuan untuk memelihara dan meningkatkan kesegaran jasmani dan kesehatan.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan salah satu mata pelajaran yang diberikan mulai dari SD, SMP dan SMA sebagai salah satu upaya meningkatkan kualitas manusia Indonesia melalui proses pendidikan. Dalam Undang-Undang Sistem Pendidikan Nasional Nomor 20 Tahun 2003 juga dicantumkan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sebagai salah satu bahan kajian dan pelajaran wajib termuat dalam isi kurikulum SD, SMP, SMA pada setiap jenis, jalur dan jenjang pendidikan.

Sumbangan nyata pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah untuk mengembangkan keterampilan (psikomotor). Karena itu posisi pendidikan jasmani menjadi unik sebab berpeluang lebih banyak dari mata pelajaran lainnya untuk membina keterampilan. Hal ini sekaligus mengungkapkan kelebihan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Melalui pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan siswa akan mampu menyumbangkan kemampuan-kemampuan seperti meningkatkan kebugaran dan kesehatan siswa meningkatkan keterampilan fisik dan pengertian prinsip-prinsip gerak .

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan menawarkan kesempatan pada siswa untuk bergembira. Meskipun pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan menawarkan anak bergembira tidaklah tepat untuk mengatakan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan diselenggarakan semata-mata agar anak bergembira atau bersenang-senang. Bila demikian seolah-olah pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan hanyalah sebagai mata pelajaran selingan tidak berbobot dan tidak memiliki tujuan yang bersifat mendidik.

Guru sebagai pengajar di sekolah memiliki tugas tidak hanya mengajar siswa mampu memiliki ilmu pengetahuan dan menguasai keterampilan, akan tetapi juga mendidik dengan menanamkan sikap dan nilai-nilai terpuji yang terealisasi dalam bentuk perubahan tingkah laku. Pada masa sekolah dasar merupakan tahap perkembangan baik fisik ataupun mental anak didik, sehingga membutuhkan peran seorang guru dalam bimbingan ke arah positif.

Keberhasilan suatu pendidikan salah satunya ditentukan oleh PBM (Proses Belajar Mengajar). Semakin baik PBM biasanya akan baik pula hasil yang didapat. Sebaliknya semakin tidak baik PBM maka semakin rendah pula hasil yang akan didapat. Pelaksanaan PBM tergantung pada beberapa hal antara lain cara pelaksanaan proses belajar mengajar, kualitas guru yang mengajar, ketersediaan sarana dan prasarana pembelajaran, dukungan dari

kepala sekolah dan instansi terkait, sumber belajar, suasana lingkungan yang menyenangkan disamping motivasi yang kuat dari siswa.

Berdasarkan pengamatan yang peneliti lakukan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, guru penjasorkes melakukan proses belajar mengajar belum baik, hal ini terlihat saat pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan belum mempergunakan metode pembelajaran yang bervariasi, mempergunakan sarana dan prasarana terbatas, siswa kurang bersemangat, sehingga tujuan pembelajaran masih belum sesuai dengan yang diharapkan.

Tertarik pada permasalahan di atas maka peneliti mengungkapkan permasalahan ini kedalam penelitian yang berjudul, *“Tinjauan Pembelajaran Pendidikan Jasmani, Olahraga dan Kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung”*.

## **B. Identifikasi Masalah.**

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka diidentifikasi masalah sebagai berikut :

1. Bagaimanakah proses belajar mengajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?
2. Bagaimanakah motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?
3. Bagaimanakah sarana dan prasarana dalam pembelajaran penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?



4. Bagaimanakah minat siswa SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung terhadap pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan ?
5. Bagaimanakah kualitas guru penjasorkes di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?

### **C. Pembatasan Masalah**

Berdasarkan identifikasi yang telah dikemukakan di atas karena keterbatasan waktu dan kemampuan yang peneliti miliki, maka membatasi tentang variabel yang akan diteliti yaitu :

1. Bagaimanakah proses belajar mengajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?
2. Bagaimanakah motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?
3. Bagaimanakah sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?

### **D. Perumusan Masalah**

1. Bagaimana proses belajar mengajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?
2. Bagaimana motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?

3. Bagaimana sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?

#### **E. Tujuan Penelitian**

Adapaun tujuan penelitian ini adalah :

1. Untuk mengetahui proses belajar mengajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?
2. Untuk mengetahui motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?
3. Untuk mengetahui sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.

#### **F. Kegunaan Penelitian**

Penelitian ini diharapkan dapat berguna sebagai berikut :

1. Sebagai syarat bagi peneliti untuk mendapatkan Gelar Sarjana Pendidikan di Jurusan Pendidikan Kepeatihan Olahraga FIK UNP Padang
2. Sebagai masukan bagi guru Penjasorkes dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD.
3. Sebagai bahan bacaan diperpustakaan UNP.
4. Sebagai bahan acuan dalam penelitian selanjutnya.

## **BAB II**

### **KERANGKA TEORETIS**

#### **A. KAJIAN TIORI**

##### **1. Hakekat Pendidikan jasmani, Olahraga dan Kesehatan.**

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan salah satu bagian yang penting dari proses pendidikan keseluruhan yang pola pencapaian tujuan menggunakan aktivitas jasmani, sedangkan sasaran tujuannya meliputi aspek kognitif, aspek afektif dan aspek psikomotor. Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah mata pelajaran yang merupakan bagian dari pendidikan keseluruhan yang dalam proses pembelajaran mengutamakan aktivitas jasmani dan kebiasaan hidup sehat menuju pada pertumbuhan dengan pengembangan jasmani, mental, sosial dan emosional yang selaras, serasi dan seimbang (GBPP, 2002:1).

Di dalam kurikulum pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan 2004 Standar Kompetensi Pendidikan Nasional Jakarta (2003:1) menegaskan bahwa : “Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah proses pendidikan yang memanfaatkan aktifitas yang direncanakan secara sistematis, bertujuan untuk mengembangkan dan meningkatkan kemampuan individu secara organik, neuromuscular, perseptual, kognitif dan emosional dalam kerangka sistem pendidikan nasional”. Seperti kegiatan pendidikan lainnya, pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan direncanakan sedemikian rupa untuk mencapai perkembangan total dari siswa yang mencakup bukan perkembangan fisik, intelegensi, emosi dan sosial akan

tetapi aspek moral dan spiritual karena di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan sangat memperhatikan landasan-landasan kesehatan dan kematangan.

Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah suatu proses pendidikan seseorang sebagai perorangan maupun sebagai anggota masyarakat yang dilakukan secara sadar dan sistematis melalui berbagai kegiatan jasmani dalam rangka memperoleh peningkatan kemampuan ketrampilan jasmani, pertumbuhan, kecerdasan dan pembentukan watak (Engkos Kosasih, 1993:6). Menurut Harsuki (2003: 26), yang dikutip dari: Nash (1948:52), "Pendidikan jasmani adalah satu fase dari pendidikan keseluruhan dan memberikan sumbangan kepada semua tujuan dari pendidikan. Arma Abdoelah (1988:23) menjelaskan bahwa: "Pendidikan jasmani merupakan semua aktifitas manusia yang dipilih dan dilaksanakan sesuai dengan tujuan yang ingin dicapai". Pendidikan jasmani adalah satu fase dari proses pendidikan keseluruhan yang peduli terhadap perkembangan gerak individu yang sifatnya sukarela serta bermakna terhadap reaksi yang langsung berhubungan dengan mental, emosional dan sosial Nixon dan Jewett (1980:10).

Dari beberapa pengertian di atas dapat disimpulkan bahwa pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan kegiatan aktifitas jasmani yang dirancang dan disusun secara sistematis dan mengacu kepada pertumbuhan dan perkembangan, meningkatkan keterampilan jasmani, dalam rangka mencapai tujuan pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

Dalam pelaksanaan pembelajaran semua tergantung pada tujuan pembelajaran yang akan dicapai. Menurut Menteri Pendidikan Nasional Nomor 22 tahun 2006, tanggal 23 Mei 2006 dalam kurikulum 2006, dijelaskan bahwa tujuan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan adalah :

- “a. Mengembangkan keterampilan pengelolaan diri dalam upaya pengembangan dan pemeliharaan kebugaran jasmani serta pola hidup sehat melalui berbagai aktivitas jasmani dan olahraga yang terpilih.
- b. Meningkatkan pertumbuhan fisik dan pengembangan psikis yang lebih baik.
- c. Meningkatkan kemampuan dan keterampilan gerak dasar.
- d. Meletakkan landasan karakter moral yang kuat melalui internalisasi nilai-nilai yang terkandung di dalam pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
- e. Mengembangkan sikap sportif, jujur, disiplin, bertanggung jawab, kerjasama, percaya diri dan demokratis.
- f. Mengembangkan keterampilan untuk menjaga keselamatan diri sendiri, orang lain dan lingkungan.
- g. Memahami konsep aktivitas jasmani dan olahraga di lingkungan bersih sebagai informasi untuk mencapai pertumbuhan fisik yang sempurna, pola hidup sehat dan kebugaran, terampil serta memiliki sikap yang positif”.

Dalam kurikulum 2006, ruang lingkup mata pelajaran Penjasorkes meliputi aspek-aspek sebagai berikut :

- a. Permainan dan Olahraga meliputi: olahraga tradisional, permainan, eksplorasi gerak, keterampilan lokomotor non lokomotor, dan manipulatif, atletik, kasti, rounders, kippers, sepakbola, bola basket, bolavoli, tenis meja, tenis lapangan, bulu tangkis, dan bela diri, serta aktivitas lainnya.
- b. Aktivitas Pengembangan meliputi: mekanika sikap tubuh, komponen kebugaran jasmani, dan bentuk postur tubuh serta aktivitas lainnya
- c. Aktivitas Senam meliputi: ketangkasan sederhana, ketangkasan tanpa alat, ketangkasan dengan alat, dan senam lantai, serta aktivitas lainnya.

- d. Aktivitas Ritmik meliputi: gerak bebas, senam pagi, SKJ, dan senam aerobik serta aktivitas lainnya.
- e. Aktivitas Air meliputi: permainan di air, keselamatan air, keterampilan bergerak di air, dan renang serta aktivitas lainnya.
- f. Pendidikan Luar Kelas, meliputi : piknik/karyawisata, pengenalan lingkungan, berkemah, menjelajah, dan mendaki gunung.
- g. Kesehatan meliputi: penanaman budaya hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari, khususnya yang terkait dengan perawatan tubuh agar tetap sehat, merawat lingkungan sehat, memilih makanan dan minuman yang sehat, mencegah dan merawa cedera, mengatur waktu istirahat yang tepat dan berperan aktif dalam kegiatan P3K dan UKS. Aspek kesehatan merupakan aspek tersendiri, dan secara implisit masuk ke dalam semua aspek.

Berdasarkan uraian di atas sebagai seorang guru penjasorkes harus mengetahui, mengerti dan memahami cara pembelajaran penjasorkes, karena masing-masing menuntut tujuan yang berbeda. Guru penjasorkes dalam pelaksanaan pembelajaran harus mempunyai perencanaan pembelajaran. Perencanaan pembelajaran yang direncanakan dengan baik akan menunjukkan hasil yang lebih baik dari pada pelajaran yang tidak direncanakan sama sekali. Oleh karena itu kebiasaan mengajar penjasorkes yang tidak dipersiapkan harus ditinggalkan.

## **2. Proses Pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD.**

Belajar dan pembelajaran dalam konsep teori psikologi behavioristik dalam proses perubahan tingkah laku sebagai akibat dari interaksi antara stimulus dan respon atau lebih cepat perubahan yang dialami oleh siswa dalam hal kemampuannya dalam bertingkah laku dengan cara baru sebagai hasil interaksi antara stimulus dan respon. Belajar adalah interaksi antara

siswa dengan lingkungannya sehingga terjadi perubahan tingkah laku dan pengetahuan ke arah yang lebih baik. Sedangkan belajar dalam arti sempit merupakan suatu upaya penguasaan materi ilmu pengetahuan yang menuju terbentuknya kepribadian yang utuh. Menurut Mappa dan Basieman (1994:1) pembelajaran pada hakekatnya merupakan kegiatan yang dilakukan secara sadar oleh seseorang yang menghasilkan perubahan tingkah laku pada dirinya sendiri, baik dalam bentuk pengetahuan dan keterampilan baru maupun dalam bentuk sikap dan nilai yang positif.

Siswa sekolah dasar adalah mereka yang berusia antara 6-12 tahun atau biasa disebut dengan periode intelektual. Pada masa ini siswa mengalami pertumbuhan fisik dan perkembangan psikologis. siswa akan belajar untuk mengenal lingkungannya baik lingkungan keluarga, masyarakat ataupun sekolah. Pengetahuan siswa akan bertambah pesat seiring dengan bertambahnya usia, keterampilan yang dikuasainya semakin beragam. Minat siswa pada periode ini terutama terfokus pada segala sesuatu yang bersifat dinamis bergerak. Implikasinya adalah anak cenderung untuk melakukan beragam aktivitas yang akan berguna pada proses perkembangannya kelak.

Pada kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan ada dua proses yang berlangsung yaitu kegiatan mengajar dan kegiatan belajar. Dalam kegiatan pembelajaran ini terjadi interaksi antara guru dengan siswa. Proses interaksi ini melibatkan guru sebagai sumber informasi dan siswa sebagai subjek didik. Guru akan mengajarkan berbagai

materi sesuai dengan kurikulum yang berlaku. Materi yang akan diajarkan tentu harus direncanakan sedemikian rupa agar tujuan pembelajaran tercapai.

Juliantine, (2009:3) menjelaskan bahwa, “Guru berperan dalam mengatur dan mengkondisikan lingkungan belajar agar siswa dapat belajar dengan aman dan nyaman, oleh sebab itu guru harus menyusun perencanaan pembelajaran”. Agar kegiatan pembelajaran penjasorkes dapat terlaksana dengan baik, guru harus membuat perencanaan pembelajaran. Menurut Soewedji Izarut dalam Aziz (1992:3), perencanaan adalah persiapan yang terartur dari setiap usaha untuk mencapai tujuan yang telah ditetapkan. Menurut Philip Combs dalam Haryanto (1997:7) mengatakan, ” Perencanaan pengajaran adalah suatu penerapan yang rasional dari analisis sistematika proses perkembangan pendidikan dengan tujuan agar pendidikan itu lebih efektif dan efesien sesuai dengan kebutuhan para murid dan para masyarakatnya”.

Persiapan yang dilakukan adalah mendesain pembelajaran mulai dari menyiapkan materi, menentukan metode mengajar dan menentukan alat fasilitas media. Persiapan yang terencana akan menghasilkan suatu proses pembelajaran yang bermakna bagi siswa. Kegiatan pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan yang benar, aman dan nyaman sangatlah bergantung pada berbagai aspek. Pertama, guru merupakan unsur sentral dari rangkaian proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. Di tangan gurulah akhimya semua proses pembelajaran



dikendalikan walaupun, hal ini akan bertentangan dengan kurikulum, jam dan metode yang akan digunakan. Guru merencanakan pembelajaran mulai dari mempersiapkan materi hingga evaluasi akhir dari proses pembelajaran tersebut. Siswa merupakan aspek kedua yang harus diperhatikan. Siswa adalah subjek dari rangkaian kegiatan pembelajaran. Siswa akan secara langsung mendapatkan perlakuan dari guru dan merasakan proses pembelajaran yang dilakukan oleh guru penjasorkes.

Sebagaimana yang ditegaskan dalam PP Nomor 19 tahun 2005 pasal 20 bahwa perencanaan pembelajaran meliputi silabus dan Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).

a. Silabus

Silabus adalah rencana pembelajaran pada suatu kelompok mata pelajaran/tema tertentu yang mencakup standar kompetensi, kompetensi dasar, materi pokok/pembelajaran, kegiatan pembelajaran, indikator, penilaian, alokasi waktu dan sumber belajar.(Panduan Penyusunan KTSP, Depdiknas 2006).

Silabus merupakan penjabaran standar kompetensi dan kompetensi dasar ke dalam materi pembelajaran, kegiatan pembelajaran, indikator pencapaian kompetensi dan penilaian. (Pedoman Penyusunan KTSP 2008).

b. Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP).

Rencana Pelaksanaan Pembelajaran (RPP) dijabarkan dari silabus dan merupakan skenario proses pembelajaran untuk mengarahkan kegiatan

belajar siswa dalam upaya mencapai KD (kompetensi dasar).

Dalam Pelaksanaan pembelajaran meliputi kegiatan awal, kegiatan inti dan kegiatan akhir.

### *1. Kegiatan awal*

Kegiatan awal dalam suatu pertemuan pembelajaran ditujukan untuk membangkitkan motivasi dan memfokuskan perhatian siswa agar siap untuk terlibat aktif dalam proses pembelajaran dan merangsang fungsi organ tubuh agar siap melakukan kerja fisik yang lebih berat, meregangkan otot dan tali sendi. Misalnya pada mata pelajaran penjasorkes kegiatan awal harus adanya pemanasan.

### *2. Kegiatan inti*

Kegiatan inti merupakan proses dimana siswa mendapat fasilitas atau bantuan untuk mengembangkan potensi siswa secara optimal dengan mempelajari materi pembelajaran.

### *3. Kegiatan akhir*

Kegiatan akhir dilakukan suatu aktifitas pembelajaran salah satunya melakukan penilaian/evaluasi dan penenangan.

Evaluasi menurut Ralph Tyler dalam Nurita (2008:17),” Proses yang menentukan sampai sejauh mana tujuan dari pendidikan dapat dicapai”. Evaluasi merupakan suatu proses yang menggunakan pengukuran dan tujuan dari pengukuran adalah mengumpulkan informasi. Menurut Haryanto (1997:227), evaluasi pengajaran adalah penilaian atau penafsiran terhadap pertumbuhan dan kemajuan peserta didik ke arah tujuan-tujuan yang telah

ditetapkan oleh hukum. Evaluasi/penilaian merupakan tugas lanjutan dari guru untuk menilai apakah tujuan, kemajuan dalam menerima pelajaran telah tercapai.

Penilaian yang dilakukan oleh guru penjasorkes dapat diukur dengan menguji siswa dalam melakukan gerakan-gerakan yang telah dipelajari serta bagaimana mereka dapat mengembangkan gerakan tersebut. Penilaian ini diambil dengan menggunakan laporan hasil pengamatan guru setiap akhir pelajaran. Dengan adanya lembaran pengamatan tersebutlah nilai yang diperoleh siswa dijadikan sebagai patokan keberhasilan siswa. Tujuan utama melakukan evaluasi dalam proses pembelajaran untuk mendapatkan informasi yang akurat mengenai pencapaian tujuan pembelajaran.

### **3. Motivasi siswa**

Motivasi adalah penggerak tingkah laku kearah suatu tujuan dengan di dasari adanya suatu kebutuhan. Kata motivasi berawal dari kata “motif”, diartikan sebagai daya upaya yang mendorong seseorang untuk melakukan sesuatu. Motif dapat diartikan menjadi sebagai daya penggerak dari dalam dan di dalam subjek untuk melakukan aktivitas-aktivitas tertentu demi mencapai suatu tujuan. Bahkan kata kata motif ini dapat diartikan sebagai suatu kondisi *intern* (kesiapsiagaan). Motif adalah keadaan dalam pribadi orang yang mendorong individu untuk melakukan aktifitas-aktifitas tertentu guna untuk mencapai sesuatu tujuan (Suryabrata, 1995:70). Krech dalam Gunarso (1989:92) menyatakan motivasi adalah keinginan dan tujuan yang menjadi pendorong untuk bertindak laku. Menurut Suryabrata, (1995:70)

bahwa motif yang dalam bahasa Inggrisnya *motive* berasal dari kata motion yang berarti gerak atau suatu yang bergerak. Maka motivasi dapat diartikan menjadi suatu upaya yang berfungsi sebagai daya penggerak yang telah menjadi aktif. Motif menjadi aktif pada saat saat tertentu, terutama bila kebutuhan untuk mencapai tujuan sangat mendesak. Menurut Mc. Donald dalam Sardiman (2004:73) motivasi adalah perubahan energi dalam diri seseorang yang ditandai dengan munculnya “*feelling*” dan didahului dengan tanggapan terhadap adanya tujuan.

Menurut Rusli Ibrahim (2002:23) mengemukakan bahwa, “Motivasi adalah setiap usaha yang disadari untuk mempengaruhi tingkah laku seorang agar dapat meningkatkan kemampuan secara maksimal untuk mencapai tujuannya”. Holi dan Miskel (1982:72) mengemukakan bahwa: “Motivasi adalah sebagai kekuatan-kekuatan yang komplek dorongan dorongan, pertanyaan pertanyaan ketegangan atau mekanisme lain lainnya yang memenuhi dan menjaga kegiatan-kegiatan yang diinginkan kearah pencapaian tujuan personal.”

Untuk memahami dan mengembangkan motivasi siswa secara efektif, maka guru mampu membangkitkan kebutuhan yang berprestasi dan kebutuhan sosial, karena pada dasarnya motivasi yang berasal dari dalam diri (intrinsik) lebih baik daripada motivasi dari luar diri sendiri (ekstrinsik).

Irwis ( 2000:7) mengemukakan bahwa :

“Motivasi intrinsik adalah suatu dorongan yang timbul dari dalam diri seseorang baik secara sadar untuk melakukan tindakan tertentu dan juga merupakan suatu usaha yang menyebabkan seseorang atau sekelompok tertentu bergerak

untuk melakukan sesuatu karena ingin mencapai kepuasan dengan perbuatan”.

Motivasi seseorang tidak akan timbul dengan sendirinya karena motivasi didorong oleh beberapa faktor-faktor yang mendasari timbulnya motivasi, dijelaskan oleh Lister.D.Crow dan Alice Crow dalam Chalces (2008:9) bahwa:

”Faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi adalah faktor dorongan yakni faktor yang berhubungan dengan dorongan fisik yang dapat merangsang individu untuk memperhatikan dirinya, faktor motif sosial merupakan faktor yang dapat membangkitkan motivasi untuk melakukan yang diinginkan untuk memenuhi kebutuhan sosial dan faktor emosional yaitu faktor emosi dan perasaan”.

Mudjiran (1997:54) juga menjelaskan bahwa mengarahkan perbuatan kepada sesuatu tujuan dan merupakan dorongan bagi perbuatan tertentu. Guru penjasorkes harus dapat menciptakan suasana menantang merangsang siswa dalam belajar dan berlatih olahraga pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, serta memberikan pujian dan dorongan atas kemajuan yang telah dicapainya, sehingga siswa merasa senang dan merasa puas. Dan juga dijelaskan oleh Lister.D.Crow dan Alice Crow dalam Chalces (2008:9) bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi adalah :

- a. Faktor internal yang mencakup : sifat-sifat pribadi, motif-motif, pemikiran dan perasaan
- b. Faktor eksternal yang mencakup pengalaman, situasi sekitarnya, pengetahuan, hambatan-hambatan.

Faktor internal adalah dorongan alamiah yang berasal dari dalam diri individu untuk berperilaku mengerjakan penghargaan tertentu tetapi hanya

untuk mencapai kepuasan diri. Dalam psikologi pendidikan dan evaluasi belajar mengatakan, “faktor internal adalah factor yang datang dari dalam diri sendiri adalah keinginan, berkehendak, tingkah laku yang terjadi tanpa dipengaruhi oleh faktor dan luar individu yang digerakan oleh motivasi intrinsic baru akan puas kalau keinginan yang dilakukan mencapai hasil yang terlihat dalam kegiatan.

Faktor eksternal adalah dorongan yang bersal dari luar diri individu yang bersangkutan, dengan kata lain motivasi sosial dimana diperlukan pengutan baik positif maupun bersifat negatif. Motivasi sosial merupakan kebutuhan pokok untuk memenuhi kebutuhan sosial psikologis. Salah satu motivasi eksternal adalah dorongan lingkungan seperti dukungan kepala sekolah, guru atau pelatih sedangkan dorongan pengalaman yaitu pengalaman masa lalu, pengalaman yang baru dialami dan pengalaman yang sedang dialami.

Kemudian motivasi mengarah pada adanya kebutuhan seseorang yang dilandasi oleh kepribadian yang bersangkutan (Kremer dan Cully : 1994) karena motivasi tidak bisa digeneralisasikan bagi semua orang melainkan harus ditinjau secara khusus dari satu individu ke individu yang lainnya. Selanjutnya motivasi dipengaruhi oleh beberapa faktor yang amat kompleks termasuk didalamnya intensitas atau besarnya tekanan (stress) yang menghambat seseorang mengembangkan motivasinya. Aspek motivasi merupakan aspek yang paling banyak disoroti dalam program pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.

#### 4. Sarana dan Prasarana

Cabang olahraga memerlukan perlengkapan pengajaran yang berupa sarana dan prasarana yang khusus dan memadai. Dengan demikian pelaksanaan pendidikan olahraga memerlukan sarana dan prasarana. Tanpa sarana dan prasarana tersebut pendidikan olahraga tidak dapat dilaksanakan sebagaimana mestinya (Depdikbud, 1985:34). Sarana adalah sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani (Soepartono, 2000:6). Dalam olahraga, prasarana didefinisikan sebagai suatu yang mempermudah atau menperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat tersebut adalah susah dipindahkan, (Soepartono, 2000:5).

Sarana pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan merupakan terjemahan dari “*Facilities*”, sesuatu yang dapat digunakan dan dimanfaatkan dalam pelaksanaan kegiatan olahraga atau pendidikan jasmani. Sarana olahraga dapat dibedakan menjadi dua kelompok yaitu :

- a. Peralatan (*apparatus*) Peralatan adalah sesuatu yang digunakan, contoh : palang tunggal, palang sejajar, gelang-gelang, kuda-kuda, dan lain-lain.
- b. Perlengkapan (*device*), terdiri dari : Pertama, sesuatu yang melengkapi kebutuhan prasarana, misalnya ; net, bendera untuk tanda, garis batas dan lainlain. Kedua, sesuatu yang dapat dimainkan atau dimanipulasi dengan tangan atau kaki, misalnya ; bola, raket, pemukul dan lain- lain, (Soepartono, 2000:5).

Secara umum prasarana berarti segala sesuatu yang merupakan penunjang terselenggaranya suatu proses (usaha atau pembangunan). Dalam

olahraga prasarana didefinisikan sebagai sesuatu yang mempermudah atau memperlancar tugas dan memiliki sifat yang relatif permanen. Salah satu sifat tersebut adalah susah dipindahkan. Dalam proses pembelajaran olahraga, keberadaan sarana dan prasarana memiliki peranan yang sangat penting untuk kelancaran jalannya proses pembelajaran. Sebagai seorang guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan harus mampu memanfaatkan fasilitas yang tersedia.

Pengertian sarana dan prasarana menurut Azhar (1993:1) adalah sebagai berikut :

“Sarana adalah alat satu peralatan yang digunakan atau diperlukan dalam melaksanakan kegiatan kegiatan olahraga, seperti bola, raket, alat-alat senam, dayung, sepatu khususnya untuk olahraga tertentu. Prasarana adalah suatu tempat lahan atau bangunan yang memenuhi persyaratan berupa tempat atau lahan yang sengaja dibuat sehingga memenuhi persyaratan ataupun yang alami yang dinyatakan sebagai tempat untuk olahraga, lapangan olahraga dan sebagainya”.

Pembelajaran penjas diajarkan di sekolah dasar akan berhasil baik apabila proses belajar sesuai dengan tuntutan atau tujuan yang berlaku, untuk itu harus didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai. Bila sarana dan prasarana tidak memadai maka proses belajar mengajar tidak dapat dikembangkan secara optimal. Kurangnya sarana dan prasarana menyebabkan rendahnya motivasi siswa terhadap pembelajaran penjas, sehingga tujuan yang hendak dicapai kurang terlaksana sebagaimana mestinya. Selanjutnya Yanis (1989:40) berpendapat bahwa, “Sarana dan prasarana harus disesuaikan dengan kebutuhan lapangan. Sarana dan prasarana yang memadai sangat



menunjang berjalannya pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan secara efektif dan efisien, tanpa didukung sarana dan prasarana sukar diramalkan pencapaian tujuan yang diharapkan”.

Dengan sarana dan prasarana yang memadai banyak cabang olahraga yang dapat diajarkan kepada siswa, selain itu siswa dapat lebih aktif dan semangat dalam belajar. Bagi guru akan lebih mudah dalam menerapkan metode mengajar yang baik. Guru penjasorkes hendaknya lebih kreatif memodifikasi sarana dan prasarana yang ada agar pembelajaran dapat berjalan dengan optimal. Sarana dan prasarana merupakan faktor penentu dalam pelaksanaan permainan pembelajaran penjas. Pada sekolah dasar yang olahraganya banyak olahraga permainan tentu saja sarana dan prasarana sangat diperlukan, agar tujuan dari pembelajaran olahraga dapat tercapai sesuai dengan apa yang diharapkan.

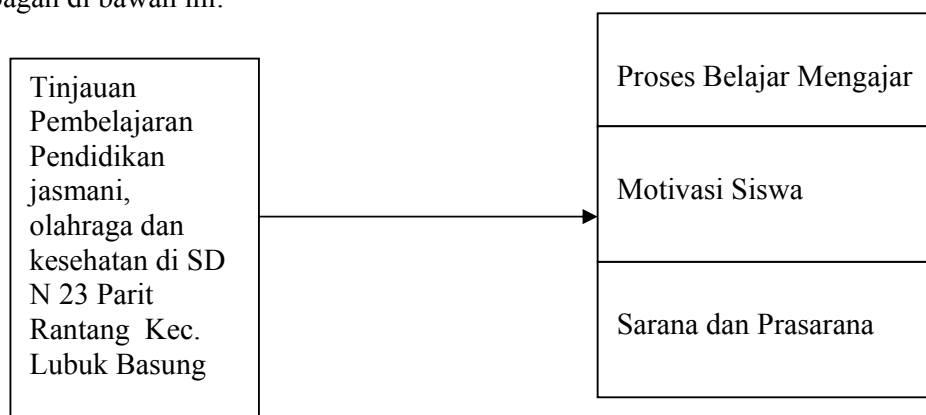
## **B. Kerangka Konseptual**

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan guru pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan dituntut memiliki kemampuan untuk merencanakan atau mempersiapkan pengajaran dan melaksanakan pengajaran. Perencanaan dan pelaksanaan yang sangat baik sangat menunjang tercapainya tujuan pengajaran secara optimal, efektif dan efisien. Pencapaian tujuan dari pembelajaran juga harus diketahui dengan cara evaluasi, yang digunakan sebagai tolak ukur dalam mengetahui sejauh mana proses pembelajaran tercapai

Dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD

N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung dipengaruhi oleh motivasi siswa, karena tanpa motivasi siswa pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan tidak akan berjalan dengan baik. Motivasi siswa merupakan pendorong untuk menuju pencapaian pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan

Pembelajaran penjas diajarkan di sekolah dasar akan berhasil baik apabila proses belajar sesuai dengan tuntutan atau tujuan yang berlaku, untuk itu harus didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai. Bila sarana dan prasarana tidak memadai maka proses belajar mengajar tidak dapat dikembangkan secara optimal. Kurangnya sarana dan prasarana menyebabkan rendahnya motivasi siswa terhadap pembelajaran penjas, sehingga tujuan yang hendak dicapai kurang terlaksana sebagaimana mestinya. Keberhasilan pembelajaran dipengaruhi oleh kesediaan sarana dan prasarana yang memadai. Untuk lebih jelas kerangka konseptual dalam penelitian ini dapat dilihat pada bagan di bawah ini:



Gambar 1 : Kerangka Konseptual (Tinjauan Pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung )

### **C . Pertanyaan Penelitian .**

1. Bagaimana proses belajar mengajar dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?
2. Bagaimana motivasi siswa terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?
3. Bagaimana sarana dan prasarana dalam pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung ?.

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan temuan dan pembahasan pada bab IV sebelumnya, maka dalam penelitian ini dapat diambil beberapa kesimpulan, antara lain:

##### **1. Proses Belajar Mengajar Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.**

Temuan penelitian ini adalah bahwa bahwa proses belajar mengajar pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung, termasuk pada kategori baik dengan skor rata-rata = 3,87 dari hasil jawaban 30 orang responden.

##### **2. Motivasi Siswa SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung Terhadap Pembelajaran Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.**

Temuan penelitian ini adalah bahwa bahwa motivasi siswa SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung terhadap pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan, termasuk pada kategori baik dengan skor rata-rata = 3,77 dari hasil jawaban 30 orang responden.

##### **3. Sarana dan Prasarana Pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung.**

Temuan penelitian ini adalah bahwa sarana dan prasarana pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan di SD N 23 Parit Rantang Kecamatan

Lubuk Basung, termasuk pada kategori baik dengan skor rata-rata = 3,97 dari hasil jawaban 30 orang responden.

## **B. Saran**

1. Diharapkan kepada guru penjas SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung lebih meningkatkan proses pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan.
2. Diharapkan kepada kepala sekolah SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung untuk lebih tetap memperhatikan dan menyediakan sarana dan prasarana olahraga.
3. Diharapkan kepada guru penjas SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung untuk bisa meningkatkan motivasi siswanya.
4. Diharapkan kepada siswa SD N SD N 23 Parit Rantang Kecamatan Lubuk Basung untuk lebih rajin mengikuti pembelajaran pendidikan jasmani, olahraga dan kesehatan. .

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdoelah. (1988). *Olahraga untuk Pelatihan Pembinaan dan Pengemar*. PT Sastra Hidayana
- Arikunto, Suharsimi. (1993). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (1996). *Prosedur Penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta.
- ..... (1998). *Prosedur Penelitian (Suatu Pendekatan Praktek)*, Jakarta : PT. Rineka Cipta.
- Arikunto, Suharsimi. (2002). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta : PT Rineka Cipta.
- Azhar, Nasrun.(1993). *Prasarana dan Sarana Olahraga dalam Sistem Pembinaan Olahraga pada PELITA VI*. Makalah : Jakarta
- Aziz, Syamsir. (1992). *Pentingnya Perencanaan Pembelajaran Pendidikan Jasmani Di Sekolah Dasar*. FPOK IKIP:Padang
- Chalces. (2008). *Tinjauan Tentang Minat Siswa SMA N I Kota Pariaman terhadap Permainan Bolabasket*. Skripsi. Padang : FIK UNP.
- Depdikbud. (1985). *Garis-Garis Besar Program Pengajaran*. Jakarta
- Depdikbud. (2002). *Garis-Garis Besar Program Pengajaran*. Jakarta
- Depdinas. (2006). *Kurikulum 2006, Pendidikan Jasmani Dan Kesehatan*. Jakarta
- Engkos Kosasih, 1993. *Pendidikan Jasmani Teori dan Praktek SMP 2*. Jakarta : Erlangga.
- Hadi Sutrisno. (1990). *Metodologi Research II*. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM.
- Haryanto. (1997). *Perencanaan Pengajaran*. Jakarta: Rineka Cipta